

ОМС Управление образованием Полевского городского округа  
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Полевского городского округа «Детский сад № 51»

**ФЕСТИВАЛЬ**  
**МЕТОДИЧЕСКИХ РАЗРАБОТОК**  
**ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**  
**«СПОРТ И СЕМЬЯ – ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ!»**



г. Полевской, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ:

1.	<b>Ивлиева А. А.</b> Конструкт физкультурного занятия совместно с родителями «Путешествие в зимний лес»	3
2.	<b>Копылова Е. С.</b> Методическая разработка по проектной деятельности «Спорт и семья - лучшие друзья»	8
3.	<b>Омелькова А. Л.</b> Спорт и семья – лучшие друзья	22
4.	<b>Павлова Р. К.</b> Месячник спорта и здоровья «Спорт и семья – лучшие друзья!»	25
5.	<b>Петрова И. Н.</b> Спортивный семейный календарь. Февраль 2024	29
6.	<b>Радюк М. А.</b> Сценарий совместного детско-родительского развлечения «К здоровью стремится, семье пригодится!»	33
7.	<b>Силина О. В</b> Проект «Снежные забавы для здоровья дружной семьи»	38
8.	<b>Солодовник Н. Н.</b> Конструкт-конспект нерегламентированной совместной деятельности воспитанников и их родителей. Детско-родительский клуб «Семейный час».	41

**Ивлиева Александра Андреевна**  
инструктор по физической культуре,  
высшая квалификационная категория  
МАДОУ ПГО «Детский сад № 65»

**Конструкт**  
**физкультурного занятия совместно с родителями**  
**«Путешествие в зимний лес»**

**Пояснительная записка**

**Актуальность методической разработки:**

Родители считают заботу об укреплении здоровья детей делом важным, но лишь немногие по-настоящему используют для этого возможности физической культуры.

Наблюдения показывают, что родители обычно активны и изобретательны в создании хороших бытовых условий, в заботе о том, чтобы дети были красиво одеты, вкусно и сытно накормлены. Все это хорошо. Плохо то, что часто на этом они успокаиваются, полагая, что хорошее здоровье ребенка уже будет обеспечено автоматически. А на деле выходит, что чрезмерный комфорт и обильное питание при недостаточно активном двигательном режиме зачастую порождают бытовую лень, ослабляют их здоровье, уменьшают их работоспособность.

Поэтому актуальным становится внедрение в физкультурно-оздоровительный процесс совместных физкультурных занятий.

Совместные занятия дают родителям возможность лучше узнать ребенка, создают и укрепляют в семье обстановку взаимного внимания и делового содружества, столь необходимую для решения любых воспитательных задач.

**Цель:** Приобщение детей и родителей к занятиям физкультурой и ведению ЗОЖ.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Обогащать двигательный опыт детей и родителей;
- Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений;
- Формировать у детей и родителей потребность к здоровому образу жизни.

**Развивающие:**

- Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, выносливость;
- Развивать заинтересованность родителей к совместным мероприятиям с их детьми.

**Воспитательные:**

- Воспитывать чувство сопереживания;
- Воспитывать ценное отношение к своему труду и труду других людей;

- Способствовать эмоциональному сближению родителей с ребенком.

**Целевая аудитория:** воспитанники детского сада младшего дошкольного возраста и их родители.

**Принципы и подходы к формированию содержания методической разработки:**

- участия – привлечение всех участников педагогического процесса к непосредственному и сознательному осуществлению целенаправленной деятельности по гармонизации детско-родительских отношений;
- развивающего обучения – направленность предлагаемых упражнений на опережение уровня качества, необходимость приложить усилия для овладения новыми движениями;
- систематичности – последовательное усложнение содержания, связь нового с уже усвоенным упражнением, повышение требований к уровню качеств по мере их развития;
- сознательности и активности – сознательное отношение родителей и детей к предлагаемым упражнениям, повышающее уровень их усвоения и воспитывающее самостоятельность, инициативу;
- индивидуального подхода – учет разного уровня двигательных качеств детей, дифференцированное отношение, гибкость в подборе двигательных заданий;
- аксиологического подхода – основой жизнедеятельности индивида является освоение общечеловеческих ценностей, где здоровье выступает основной категорией.

**Совместные занятия приносят следующие положительные результаты:**

- пробуждают у родителей интерес к уровню «двигательной зрелости» детей и способствуют развитию у детей двигательных навыков в соответствии с их возрастом и способностями;
- углубляют взаимосвязь родителей и детей;
- предоставляют возможность позаниматься физкультурой за короткий отрезок времени не только ребенку, но и взрослому: родитель показывает ребенку те или иные упражнения и выполняет большинство из них вместе с ним;
- способствуют всестороннему развитию ребенка.

Как показывает практика, совместные физкультурные занятия способствуют гармонизации отношений родителей и детей, сближают их, позволяют ощутить радость от совместной двигательной деятельности и установить эмоционально-тактильный контакт.

## **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

**Тема:** «Путешествие в зимний лес».

**Возрастная группа:** 3-4 года (младшая группа), родители.

**Форма совместной деятельности:** непосредственно-образовательная деятельность.

**Форма организации:** групповая

**Интеграция областей:** физическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Социальный партнёр:** воспитатель, родители

**Учебно-методический комплект:** Анисимова М. С., Хабарова Т. В.

Двигательная деятельность детей 5—7 лет. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 256 с. — (Методический комплект программы «Детство»). ISBN 978-5-906852-28-1;

**Средства:**

- **музыкальные** – музыкальный центр
- **оборудование** – канат, массажные дорожки, конусы, «кочки», доска для ходьбы, гимнастические скамейки, мягкие модули, маска волка.

**Цель и задачи смотрите в пояснительной записке.**

*Задачи с учётом индивидуальных особенностей воспитанников:*

- Обратить внимание на выполнение упражнений Костей П., оказать помощь при затруднении выполнения заданий;
- Поддерживать инициативу и лидерские качества у застенчивых детей.

**Ход деятельности:**

Этап деятельности	Содержание совместной деятельности	Деятельность педагога	Деятельность детей и родителей	Планируемый результат
1. Вводная часть (3 минуты) Мотивационно-побудительный	Проверяем осанку, положение рук и ног. Здравствуйте, ребята и родители. Сегодня я предлагаю вам отправиться в путешествие в зимний лес. Хотите? (ответы детей и родителей) Только помните, что в лесу нельзя кричать, чтобы не спугнуть животных. А ещё нельзя убежать от взрослых, потому что можно заблудиться. Отправляемся!  «Мы шагаем друг за другом Лесом, полем, полем,	Побуждает к совместной деятельности         Оказывает помощь в выполнении	Построение, приветствие. Отвечают на вопросы, планируют собственную деятельность         Активно выполняют упражнения,	Могут самостоятельно выбрать вид деятельности         Умеют выполнять задание в

	<p>лугом Носом глубоко дышите, Спинки ровненько держите» (ходьба по кругу вместе с родителями, взявшись за руки) «Вот выходим мы на луг Встали на носочки вдруг» (Ходьба парами на носочках) «Дорожка извивается, преграды не кончаются» (Ходьба «змейкой между конусами) «Дружно за руки возьмёмся По тропинке мы пройдемся. (Ходьба по ограниченной поверхности) «А теперь бежим вперед, Ускоряем быстро ход. (Бег по кругу) «Очень долго с вами шли И до домика дошли. (Появляется «Зайчиха» игрушка) «Здравствуйте ребята. Мне очень нужна ваша помощь. Я заболела и устала, и даже домик строить перестала. Мои зайчата замёрзнут без вашей помощи». Инструктор: Ребята, давайте поможем зайчихе достроить домик (ответы детей)</p>	<p>упражнений. Следит за техникой выполнения упражнений, подает команды.</p> <p>Сtimулирует детей и родителей к ответу</p>	<p>под музыку в соответствии с текстом.</p>	<p>соответствии с текстом и музыкой, менять движение по сигналу.</p>
--	--	--	---	--

<p>Основная часть (6 мин)</p>	<p>Достраивают домик при помощи своих кубиков, преодолевая полосу препятствий (ползание по скамейке – «по мостику», прыжки через предметы – «через кочки»)</p>	<p>Объясняет задание, наблюдает за его выполнением, оказывает страховку при выполнении упражнений, следит за правильным выполнением упражнений.</p>	<p>Активно выполняют упражнения, оказывают помощь в уборке спортивного инвентаря. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений.</p>	<p>Умеют правильно ползание по скамейке с опорой на колени и ладони. Умеют правильно приземляться при выполнении прыжков на двух ногах, умеют соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.</p>
<p>Подвижная игра (3 минуты)</p>	<p>Зайчиха: Спасибо ребята, что помогли мне! А на прощание я хочу с вами поиграть. Подвижная игра «Волк и зайцы» (Выбирается водящий - «Волк». Остальные дети и родители «зайчата». «Зайчата» прыгают под музыку по лужайке, «Волк» спит. Музыка меняется и «Волк» выходит на охоту, «зайцы» убегают от него в свой домик.</p>	<p>Объясняет правила игры. Стимулирует к правильному выполнению задания, помогает соблюдать правила игры в соответствии с музыкой</p>	<p>Активно отвечают на вопросы, объясняют свой выбор, высказывают своё мнение, двигаются по кругу бегом, реагируют на сигнал ведущего.</p>	<p>Умеют соблюдать правила игры, умеют действовать по сигналу, слышат смену музыкального произведения</p>
<p>Заключительная часть (2 минуты)</p>	<p>«Мы по лесу погуляли, Мы зайчихе помогали И вернёмся без сомненья Все в хорошем настроении» Ребята нам пора</p>	<p>Помогает правильно выполнять задание</p>	<p>Выполняют упражнения</p>	<p>Могут перейти от возбуждения к спокойному состоянию.</p>

	возвращаться в детский сад. А вернёмся мы короткой дорогой (ходьба по массажным дорожкам)			
Рефлексия (1 минута)	1. Вам понравилась сегодня заниматься вместе с родителями? 2. А вы бы хотели и дома продолжить занятия физкультурой вместе с родителями? Тогда я вам дам памятки, с помощью которых вы сможете всей семьёй поиграть дома.	Задаёт вопросы, комментирует ответы; поощряет детей к высказыванию;	Выражают собственные мысли, чувства; рассказывают; выражают свое мнение по вопросу; делятся впечатлениями;	Положительное отношение к совместным занятиям физической культурой

**Копылова Елена Сергеевна**  
инструктор по физической культуре  
СЗД  
МБДОУ «Детский сад № 49  
общеразвивающего вида»

## Методическая разработка по проектной деятельности «Спорт и семья - лучшие друзья»

### Пояснительная записка

#### 1.1 Актуальность методической разработки

Я считаю, что самым бесценным даром для каждого человека является его здоровье. Каждый родитель хочет видеть своего ребенка сильным, крепким и здоровым, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания и умения. Поэтому сохранение и укрепление здоровья детей на сегодняшний день является одной из самых важных задач, стоящих перед взрослыми.

Все знают, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на свежем воздухе, но в силу своей занятости, вместо систематического закаливания, прогулок и подвижных игр, четкого соблюдения режима дня и режима питания.

Таким образом, одна из главных задач воспитательно-образовательного процесса на сегодняшний день – помочь малышам и их родителям



выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, осознать ответственность за свое здоровье. Семья и детский сад – это те социальные структуры, которые определяют уровень здоровья ребенка. Поэтому родители вместе с воспитателями просто обязаны донести до детей понимание важности занятий спортом – ведь это залог здоровья.

Взаимодействие между семьей и детским садом положительно влияет на результат всей деятельности детей. Ничто так не сближает родителей и детей, как совместные праздники и развлечения. Поэтому мой проект поможет сблизить родителей, детей и педагогов, и позволит решить задачу по формированию и повышению интереса к совместным с детьми занятиям физкультурой и спортом.

**Вид проекта:** практико-ориентированный, оздоровительный, игровой.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный (2 недели)

### **1.2 Цель и задачи методической разработки**

**Цель проекта:** развивать интерес у родителей и детей к совместным занятиям ~~физкультурой~~ спортом.

#### **Задачи проекта:**

- пропаганда здорового образа жизни семей;
- развитие психофизических (быстрота, сила, ловкость, гибкость и т.д.) и личностных (целеустремленность, организованность, доброжелательность и т.д.) качеств;
- повышение педагогической компетентности родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей, формированию навыков здорового образа жизни;

### **1.3 Целевая аудитория методической разработки**

Дети старших групп детского сада, воспитатели, семьи воспитанников.

### **1.4 Подходы и принципы к формированию содержания методической разработки**

- Работа с детьми (беседы, просмотр презентаций, викторины, выставки, настольные игры, развлечения)
- Работа с родителями (консультации, папки-передвижки, анкетирование, беседы, выставки, совместные мероприятия)
- Выставка коллажей «Моя спортивная семья» (участвуют старшие группы детского сада)
- Спортивный семейный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»

### **1.5 Планируемый результат**

В ходе совместной с родителями двигательной активности у детей повысится интерес к физкультурным занятиям и спорту, сформируются представления о здоровом образе жизни.

Информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОУ по физическому воспитанию, вызовут интерес к данному вопросу. Родители получают необходимые теоретические знания об уровне физического развития своих детей и у них сформируются представления о создании спортивной развивающей среды в домашних условиях.

## 2. Основная часть

### 2.1 Этапы реализации проекта

Этапы	Содержание работы	
Подготовительный	1. Изучение литературы по данной теме. 2. Определение проблемы, постановка цели и задач, подбор методической литературы. 3. Разработка перспективного плана организации мероприятий. 4. Анкетирование родителей «О здоровом образе жизни». 5. Подбор физкультурного оборудования, музыкального сопровождения. 6. Приобретение грамот, медалей и призов.	
Практический	Работа с детьми	Работа с родителями
	1. Беседы с детьми о важности занятий спортом на основе рассматривания картин, о детских видах спорта, о здоровом образе жизни, о значении физкультуры и спорта в жизни человека. 2. Физкультурные занятия с элементами спорта. 3. Заучивание стихов о спорте, спортивных речевок, пословиц, поговорок. 4. Разучивание музыкально-ритмической композиции «Моя семья» (И.Корнелюк).	1.Индивидуальные беседы с родителям и детей о физических умениях и навыках ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми. 2. Стендовая информация: папки-передвижки, консультации, памятки. Подбор семейных фотографий со спортивной тематикой для оформления газет для фото конкурса «Спорт и семья-лучшие друзья».
Заключительный	1. Выставка коллажей «Спорт и семья-лучшие друзья». 2. Проведение спортивного семейного праздника «Мама, папа, я – спортивная семья».	1.Выставка коллажей «Спорт и семья-лучшие друзья». 2.Проведение спортивного семейного праздника «Мама, папа, я – спортивная семья».

## **2.2 Методическое обеспечение проекта:**

1. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. – Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007.
2. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. – М.: изд. центр Владос, 2004. – Ч.3
3. Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2013.
4. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2003.
5. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. – СПб.: «Детство-пресс», 2009.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры. – М.: Изд. НЦ ЭНАС, 2005.
7. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
8. Агапова И.А., Давыдова М.А. Подвижные игры для дошкольников. – М.: АРКТИ, 2008.
9. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. – М.: ТЦ Сфера, 2013.
10. Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. – СПб.: «Детство-пресс», 2006.
11. Дик Н.Ф. Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников. – М.: «Русское слово», 2007.

## **2.3 Результат реализации проекта**

В процессе работы над проектом дети, родители и воспитатели стали ближе друг к другу, а полученные знания и умения помогли вызвать интерес к физкультуре и сформировать стремление к здоровому образу жизни: активному отдыху вместе с детьми, посещению кружков и секций оздоровительной направленности.

С целью пропаганды здорового образа жизни среди детей и родителей старших групп прошел семейный спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья», который способствовал сплочению детей и взрослых.

Семьи воспитанников получили большой опыт двигательной активности, смогли посоревноваться в силе, ловкости, смелости, скорости и выносливости. Мамы, папы и дети активно, с радостью включились в соревновательный процесс - прыгали, бегали, скакали. Взрослые совсем по-детски радовались победам, может быть, даже больше ребят.

Бурными аплодисментами поддерживали свои команды юные болельщики, чем придавали им еще больше сил и задора. Семейные команды на деле показали, что они - дружные, спортивные, счастливые и здоровые.

Всем участникам фотоконкурса «Моя спортивная семья», а также участникам спортивного праздника были вручены грамоты и призы. И не важно, кто стал победителем соревнований, главное, что все почувствовали атмосферу праздника, взаимного уважения и понимания. А самой главной наградой для всех стало море позитивной энергии, отличное настроение и желание заниматься физкультурой всей семьей!

## **2.4 Анализ результатов анкетирования родителей «О здоровом образе жизни»**

Анкетирование проводилось в старших группах детского сада. Родители проявили высокую активность и заинтересованность: было возвращено 80% заполненных анкет. По ответам родителей можно судить о том, что они не всегда четко понимают, какие показатели составляют понятие «Здоровый образ жизни». В основном указывали правильное питание и прогулки. Несколько человек указали на экологическую обстановку и качество продуктов питания. Только 5% родителей ответили, что необходимо обеспечить ребенку дома, в семье и в ДООУ здоровый образ жизни в комплексе. 15% указали на необходимость закаливания. Однако в качестве закалывающих процедур упоминали в основном прогулки на свежем воздухе и водные процедуры, что свидетельствует о недостаточности знаний о способах и методах закаливания. 90% признают важность и приоритетную значимость физического развития в ДООУ и дома. 90% отметили, что нуждаются в помощи детского сада в процессе укрепления и сохранения здоровья детей.

По результатам анкетирования было решено провести следующую работу:

1. Провести дополнительно консультации по теме «Здоровый образ жизни».
2. Провести мероприятия спортивной направленности совместно с родителями в других группах детского сада.

### **ПРИЛОЖЕНИЕ №1**

#### **Сценарий развлечения с родителями в старшей группе «Спорт и семья - лучшие друзья»**

**Цель:** привлечь детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

- формировать здоровый образ жизни;
- совершенствовать движения, способствовать развитию положительных эмоций, чувств взаимопомощи;
- развивать творческую активность, инициативу, коммуникативные способности;
- воспитывать коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам, стойкий интерес к физической культуре и спорту, к личным достижениям;
- доставить детям и родителям удовольствие от совместных занятий физкультурой.

**Материалы и оборудование:** ориентиры, футбольные, баскетбольные, резиновые мячи обручи, эстафетные палочки, деревянные гимнастические палки, флажки, корзины, хоккейные клюшки, кубики, медали, дипломы.

**Участники:** дети старшей группы и их родители, воспитатели, музыкальный руководитель

**Место проведения:** спортивный зал

**Ход праздника:**

### **Инструктор.**

Мальчишки и девчонки, а также их родители  
В спортивный зал, скорее поспешите вы  
Здесь будут состязания детишек, пап и мам,  
Кто будет победителем, потом расскажем вам.  
Оставили папы сегодня работу  
И мамы забыли большие заботы  
Обули кроссовки, и взяв малышей  
Пришли на спорт праздник сегодня скорей!

**Инструктор.** Сегодня за победу в спортивных состязаниях будут бороться 3 команды. Это те, кому лень сидеть у телевизора, они не портят глаза перед компьютером.

Они - вечный двигатель, им не сидится на месте. Солнце, воздух и вода – их верные друзья. Встречайте их дружными аплодисментами.

### **Заходят семьи и делают круг почета.**

**Инструктор.** Здравствуйте, дорогие мамы и папы! Здравствуйте, ребята! На наш семейный праздник –Папа, мама, я – спортивная семья!! Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. А самое главное, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом. Пусть эта встреча трех команд будет по-настоящему дружеской. Я желаю вам успеха в честной спортивной борьбе. Пусть победит сильнейший, а в выигрыше останутся дружба и сплочённость.

Хочу представить вам наши спортивные семьи!

Семья 1

Семья 2

Семья 3

**Инструктор.** Оценивать ваши достижения будет уважаемое и справедливое жюри

Все собрались? Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись, не зевай и не ленись,

На разминку становись!!

*Инструктор проводит разминку (под веселую музыку, по показу инструктора, выполняют движения).*

**Разминка «Солнышко лучистое»**

**Инструктор.**

**Эстафета «Веселая семейка»**

**Оборудование: 6 ориентиров, 3 больших обруча.**

**Правила игры:** Участники на линии старта. По сигналу Папа бежит до дальнего ориентира и возвращается на линию старта с обручем в руках. Мама хватает обруч и вместе с папой бежит до дальнего ориентира и возвращаются на линию старта за ребенком. Ребенок держится за обруч, и вся семья бежит до ближнего ориентира и возвращаются на линию старта.

Эстафета начинается по сигналу судьи. Заступать за линию старта запрещается.

### **1. Эстафета «Веселые мячики»**

**Оборудование:** резиновый мяч 3шт, баскетбольный мяч 3 шт, футбольный мяч 3шт, 9 ориентиров.

**Правила игры:** Участники на линии старта. Ребенок зажимает мяч между ног, по сигналу прыгает вокруг ближней фишки до стартовой линии. Мама отбивает мяч об пол одной рукой в движении (баскетбол) вокруг второй фишки, и возвращается на стартовую линию. Папа ведет мяч ногой (футбол) между фишками змейкой, обегает дальнюю фишку, берет мяч в руки и возвращается на стартовую линию.

### **2. Эстафета «Самые быстрые»**

**Оборудование:** ориентиров 3 шт, эстафетная палочка 3 шт,

**Правила игры:** Участники на линии старта. Ребенок бежит до ориентира и обратно передавая эстафетную палочку маме. Мама передает папе.

### **3. Эстафета «Лягушка путешественница»**

**Оборудование:** деревянные гимнастические палки 3шт, ориентир 3 шт.

**Правила игры:** Команда стоит в шеренге в середине ребенок. Мама, папа держат гимнастическую палку по краям, ребенок двумя руками по середине (должен повиснуть на пп). По сигналу родители несут ребенка до ориентира, на стартовую линию все возвращается своим ходом.

### **4. Эстафета «Самая меткая семья»**

**Оборудование:** резиновый мяч 18шт, корзины 6 шт.

**Правила игры:** Участники на линии старта. По сигналу ребенок бежит до корзины берет мяч и бросает в другую корзину. Возвращается на стартовую линию. Мама и папа делают тоже самое.

### **5. Эстафета «Хоккеисты»**

**Оборудование:** Хоккейные клюшки 3 шт, кубики 3 шт, ориентир 3 шт.

**Правила игры:** Участники на линии старта. По сигналу ребенок хоккейной клюшкой передвигает кубик до ориентира и обратно. Папа и мама делают тоже самое.

**Инструктор.** (конкурс для болельщиков)

Я начну, а вы закончите,

Дружно, хором отвечайте.

Игра веселый футбол-

Уже забили первый... (гол)

Вот разбежался сильно кто-то

И без мяча влетел в... (в ворота)

А Петя мяч ногою хлоп!

И угодил мальчишке в ... (в лоб)

Хохочет весело мальчишка,

На лбу растёт большая ... (шишка)

Но парню шишка нипочём,

Опять бежит он за ... (за мячом)

## **6. Эстафета «Перекинь обруч»**

**Оборудование:** Обручи 3 шт, ориентиры 3 шт.

**Правила игры:** ПМР Участники на линии старта. По сигналу папа бежит, останавливается около обруча, перекидывает его через себя, оббегает ориентир и передает эстафету маме. Мама и ребенок делают тоже самое.

## **7. Эстафета «Ловкая семейка»**

**Оборудование:** флажки 30 шт, ориентиры 3 шт, корзины 6 шт.

**Правила игры:** Все участники стоят на линии старта в шеренге. По сигналу папа берет скорзины флажок и передает маме, мама передает ребенку, ребенок бросает в корзину. Как только ребенок бросил в корзину, папа берет новый флажок.

**Инструктор.** Итак. Пока уважаемое жюри подсчитывает баллы, загадаю вам загадки

### **8. Загадки.**

1. Просыпаюсь утром рано  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кровать,  
Быстро делаю **(заряду)**.
2. А ударят — нипочем, не угнаться за **(мячом)**.
3. На ледяной площадке крик,  
К воротам рвется ученик .  
Кричат все: «Шайба! Ключка! Бей!»  
Веселая игра **(хоккей)**.
4. Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие ... **(коньки)**.
5. Взял дубовых два бруска, два железных полозка.  
На бруски набил я планки  
Дайте снег. Готовы ...**(санки)**

**Инструктор.** Слово предоставляется справедливому жюри.

**Награждение!**

**Инструктор:**

Пусть это только игра, но ею сказать мы хотели.

Великое чудо семья храните ее, береги ее, нет в жизни важнее цели!

Итак, наш праздник завершён. Спасибо всем за участие в нашей программе.

Оставайтесь всегда такими дружными и веселыми. Храните тепло своего семейного очага. Здоровья вам и вашим детям, и до новых встреч!

**Фотосессия.**















**Омелькова Анна Леонидовна**  
инструктор по физической культуре  
Высшая квалификационная категория  
МБДОУ ПГО «Детский сад №69  
комбинированного вида»

## **Спорт и семья – лучшие друзья**

### **Пояснительная записка**

#### **Актуальность.**

Семья в жизни человека занимает важное место. В семье человек растет, развивается, формируется его характер. Для полной гармонии в семье, необходимо устанавливать семейные традиции, связанные с физической культурой и спортом. Спортивные семейные традиции объединяют семью, делают дружной и крепкой. В такой семье вырастают достойные люди.

Активно занимающихся спортом детей очень мало, из-за современного образа жизни, где дети все больше уделяют внимание модным гаджетам. Данное мероприятие способствует укреплению взаимоотношений в семье, здоровья подрастающего поколения, физического развития, воспитывает выносливость, волю, дисциплину, также спортивное мероприятие наполнено позитивными эмоциями детей и родителей. Совместное участие в мероприятии, когда детям важен пример следования ЗОЖ, благоприятно влияет на дальнейшее занятие детей спортом. Участие родителей ведет к расширению общих интересов, установлению доброжелательных отношений между родителями и детьми.

**Цель:** формирование у детей мотивации к занятиям физической культурой и спортом, сохранению здоровья; сплочение семей.

#### **Задачи:**

##### Образовательная:

- формировать двигательные умения и навыки в различных упражнениях на силу и ловкость.

##### Развивающая:

- развивать физические способности (быстроту, силу, ловкость);
- развивать интерес к занятиям физической культурой и спортом.

##### Воспитательная:

- воспитывать чувство ответственности перед другими;
- воспитывать уважение к родителям, учить радоваться победам и успехам.
- Привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада, развивать интерес к спортивно-массовым мероприятиям, пропагандировать здоровый образ жизни;

#### **Целевая аудитория.**

Воспитанники старших и подготовительных групп и их родители. Данная методическая разработка может быть использована воспитателями и инструкторами по физической культуре.

### **Планируемые результаты:**

- формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- повышение уровня физического, а отсюда – психического и социального здоровья детей;
- использовать полученные знания и навыки на соревнования;
- развитие физических качеств ловкости, силы, координации, быстроты;
- созданы условия для хорошего настроения и отдыха во время спортивного праздника

### **Содержание**

С 2014 года в нашем дошкольном учреждении ежегодно проводятся Зимние и Летние «Олимпийские игры». Олимпийское движение позволяет нам более эффективно организовать работу по формированию здорового образа жизни дошкольников. История Олимпийских игр, приобщение к традициям олимпийского движения стало частью не только физического, но и нравственно-патриотического воспитания ребёнка. Родители принимают активное участие в «Олимпийских играх» в качестве членов судейской коллегии, участников и болельщиков. Также в нашем ДОУ с 2023 года проводятся зимняя и летняя спартакиада "СМОЖЕМ ВМЕСТЕ" для дошкольников Полевского городского округа и их родителей. Спартакиада проходила при поддержке попечительского совета ПГО. Ребята совместно с родителями принимают участие в различных спортивных состязаниях. Каждый ребенок чувствует себя уверенно и с легкостью проходит все этапы, так как рядом родители, а поддержка близкого человека очень важна для маленького спортсмена.

### **Сценарий Олимпийских игр.**

**Цель:** приобщение детей к традициям большого спорта, повышение интереса к здоровому образу жизни и физической культуре.

#### **Задачи:**

- закреплять знания об Олимпийских играх, систематизировать знания о зимних видах спорта.
- создать положительный эмоциональный фон, доброжелательности и благополучия
- совершенствовать двигательные навыки и умения
- воспитывать интерес к спортивным играм
- воспитывать уважительное, дружеское отношение друг к другу

### **Ход мероприятия.**

**Вед:** Здравствуйте, дорогие участники соревнований!

Мы рады приветствовать вас в нашем детском саду № 69,

Мы начинаем торжественную церемонию открытия малых зимних олимпийских игр!

Приветственное слово предоставляется заведующей .....

*Под музыку выходят Матроскин, Шарик и дядя Федр (животные тянут машину, дядя Федр толкает ее сзади).*

**Матроскин:** (Стонет) вот, чтоб ездовые собаки были – я слышал, а вот чтоб ездовые коты были – я не слышал.

**Шарик:** Матроскин – хватит ворчать! Нам надо успеть к началу «Олимпийских игр»!

**Дядя Федр:** Ты что забыл? Наша мама дала нам задание, съездить, посмотреть и поучиться, как проходят соревнования, для того, чтобы мы в следующем году тоже могли провести у нас в Простоквашино «Олимпийские игры»! (останавливаются).

**Шарик:** Смотрите! Мы уже на месте! Здравствуйте ребята!

**Дядя Федр:** Здравствуйте участники соревнований!

**Ведущий:** Здравствуйте, молодцы, что успели! Мы как раз начинаем церемонию открытия «Олимпийских игр». Но для начала познакомимся с участниками соревнований. Прошу капитанов представить свои команды (*представление команд*).

Девиз название команды

№ ....

№ ....

№ ....

№ ....

**Ведущий:** Молодцы! Объявляю о торжественном открытии олимпийских игр!

*Звучит гимн Олимпиады. Под барабанную дробь вносятся знамя России, знамя Олимпиады и факел.*

**Ведущий:** А сейчас для поднятия Олимпийского флага всем встать смирно!  
(звучит гимн Олимпиады, поднятие флага).

**Ведущий :** Пришло время представить судей олимпиады! (звучит музыка)

..... – судья по биатлону

..... –судья по хоккею

..... – судья по керлингу

.....- судья по бобслею



.....- судья по лыж.эстафете

**Ведущий:** Что ж, теперь я без всяких сомнений говорю, что малые зимние «Олимпийские игры» в нашем детском саду считаются открытыми! Для того чтобы выявить сильнейших каждой команде выдаются маршрутные листы с этапами соревнований по которым вы должны пройти.

Итак прошу подойти капитанов команд.

*(вручаются маршрутные листы).*

**Матроскин:** А я хочу пожелать вам всем удачи в прохождении соревнований,

**Шарик:** Приступить к выполнению заданий.

*(команды идут на этапы).*

После прохождения соревнований, для участников организуется

Чаепитие, танцевальная пауза.

Подведение итогов

Награждение.

Этапы:

1. Бобслей – участники делятся на пары, 1й садиться на тюбинг, 2й везет его до ориентира там они меняются местами и возвращаются к команде, передают тюбинг следующим.
2. Биатлон- участник едет на лыжах до ориентира, там он бросает снаряд в мишень возвращается к команде и так вся команда.
3. Хоккей- участник ведет клюшкой шайбу змейкой между конусами, доходи до линии старта, бьет клюшкой по шайбе стараясь попасть в ворота, возвращается к команде.
4. Лыжная Эстафета- участник проезжает дистанцию на лыжах, с эстафетной палочкой. На финише передает палочку следующему участнику.
5. Керлинг- участник толкает снаряд от линии старта как можно дальше.
6. Бег с олимпийским огнем- встречная эстафета с олимпийским факелом.

**Павлова Рушания Кеддусовна**  
инструктор по физической культуре  
МБДОУ ПГО «Детский сад № 28  
общеразвивающего вида»

**Месячник спорта и здоровья**  
**«Спорт и семья – лучшие друзья!»**

## Пояснительная записка

### Актуальность

Методическая разработка представляет собой цикл мероприятий, связанных с формированием здорового образа жизни дошкольников. Здоровье, самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к здоровью нужно воспитывать с детства. Сохранение здоровья остается самой острой социальной проблемой общества. Воспитание, это прежде всего пример. Пример родителей, педагогов. Проект представляет собой комплекс мероприятий, которые включают в себя обширный материал, содержат оздоровительные и познавательные элементы, творческие мероприятия, формируют внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей.

**Целевая аудитория:** данный проект проводится с детьми, родителями и воспитателями средних, старших и подготовительных групп.

**Цель:** Осуществление взаимосвязи по физическому воспитанию и культуре ЗОЖ между детским садом и семьей, формировать начальные представления о здоровом образе жизни, расширять знания о сохранении здоровья

**Задачи:** Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту. Расширять представления о здоровье, его ценности. Укреплять и сохранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

**Принципы и подходы** заключаются в интеграции валеологических знаний в разные виды деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми и родителями, в создании инновационной здоровьесберегающей среды. В дошкольном учреждении мы можем через игру, конкурсы, соревнования и другие интересные формы заинтересовать детей активной спортивной деятельностью. Данная форма всегда является выигрышной. Так как в ней представлены не только игровые моменты, оригинальная подача материала, но и занятость дошкольников в различных формах коллективной и групповой работы (в том числе в семье) при подготовке и проведении мероприятий.

**Планируемые результаты.** Результатами проекта является формирование представлений о здоровом образе жизни на уровне знаний, умений и стойких привычек. Привлечение к деятельности взрослого, направленная на укрепление здоровья, сплочение семьи в вопросах воспитания и оздоровления, что обеспечивает малышу физическое развитие. А также, плотная взаимосвязь ДОО и семьи.

## **Содержание.**

Месячники можно проводить по полугодиям: зимний и летний. Это интеллектуальные задания, соревнования, творческие конкурсы, челенджи, квесты, консультации, беседы, связанные одной темой: «Спорт и семья лучшие друзья».

### **Пример 1**

#### **1 неделя:**

1. Конкурс рисунков «Спорт, спорт, спорт!» (выставка в группе).
2. День профилактики (беседы о закаливании, профилактике вирусных заболеваний, прививках).
3. «Посмотри на меня, и сделай как я!» Комплекс упражнений самомассажа, гимнастики для глаз, для пальчиков. (дети разучивают в ДОУ и показывают дома родителям)
4. Неделя «Зарядка с мамой» (на зарядку утром приглашаются мамы)

#### **2 неделя:**

1. Консультация: Физическое развитие ребенка в домашних условиях. «К здоровью через движение».
2. «Спорт в нашем городе» (анкетирование по занятости детей в секциях, обзор спортивных секций города).
3. Видео-зарядка: «Зарядка от нас-здоровье для вас!» (дети с инструктором снимают видео зарядки и отправляют в общую группу для семей).
4. «Зарядка с папой!» (утром приглашаются папы).

#### **3 неделя:**

1. Семейные спортивные традиции, династии (проект в виде презентаций от семей для общего собрания)
2. Спортивная обувь для детей (консультация по правильному выбору обуви).
3. День профилактики (беседы о закаливании, профилактике вирусных заболеваний, прививках)
4. «Вместе-крепче и сильнее!» (Спортивный семейный праздник-эстафета)  
Девиз: Семья в куче-не страшны и тучи!

#### **4 неделя:**

1. Копилочка фильмов о спорте! (рекомендации для семейного просмотра).
2. Творческий проект «Золотые правила здоровья» (Создать совместно 10 золотых правил здоровье-сбережения и сделать яркий стенд совместно с детьми и родителями).
3. Челендж «Наш спортивный выходной» (семьи снимают видеоролики и выкладывают в группе ДОУ (например, в ВК).
4. Общий поход выходного дня в окрестностях города.

В конце месячника можно провести большой флешмоб (воспитатели, дети, родители) вечером на спортивной площадке ДОУ.

Каждая неделя месячника, может проходить под определенным девизом:  
«Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься!»  
«Кто спортом занимается- тот силы набирается!»  
«В здоровом теле здоровый дух!»  
«Мой девиз - здоровью да!»  
«Дружно, смело с оптимизмом, за здоровый образ жизни»



**Петрова Инга Николаевна**  
Инструктор по физической культуре  
Первая квалификационная категория  
МБДОУ ПГО «Детский сад № 69»

## **Спортивный семейный календарь**

### **Февраль 2024**

Актуальность развития занятий физической культуры, в данном случае, на примере семейного спортивного календаря, заключается в следующем:

- в разнообразных и интересных способах укрепления здоровья, не требующих посещения спортзала, а именно: зарядка дома, спортивные мероприятия на свежем воздухе,

- в совместных занятиях с детьми, не только спортом, а так же чтение, просмотр мультфильмов о спорте, домашние спортивные игры, что укрепляет семейные отношения, общение между членами семьи,

- в достижении наилучших результатов в содружестве с семьей, т.к. эмоциональная атмосфера в которой живет ребенок, целиком и полностью зависит от родителей

#### Цели методической разработки:

Создать модель партнерства и взаимодействия семьи, ДОУ, для сохранения здоровья детей, помочь изменить образ жизни семьи, сделать его еще более интересным и насыщенным.

Укрепление здоровья, иммунитета, эмоционального настроения ребенка и членов семьи.

#### Задачи:

- Пропаганда здорового образа в семье

- ознакомление с разнообразием приемов и методов родителей, которые будут использовать опыт в совместных занятиях с детьми (пальчиковая, дыхательная, зрительная гимнастика и др)

- привить интерес к различным формам спортивного досуга: лыжи, санки, катание на бублике, поход на Азов гору и др.

- привить интерес к игре в шашки

Целевая аудитория: родители, инструктора ФК, воспитатели, дети.

#### Принципы и подходы к формированию содержания:

- Создание условий для развития и оздоровления ребенка

- Осуществление тесного взаимодействия родителей и педагогов

- Единство целей и задач в воспитании здорового ребенка в ДОУ и в семье

- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье

#### Планируемые результаты:

- устойчивый интерес, активность участия детей и родителей в совместном спортивно – физкультурном досуге

- активный семейный отдых, приобретение нового опыта

- создание семейного детско–взрослого сообщества, одной из ценностей которого является здоровый образ жизни.

## Спортивный февраль 2024 семейный

				<b>1</b> гимнастика для глаз «Лучик солнца»	<b>2</b> Катание на коньках  Просмотр м/ф «как казаки олимпийцами стали»	<b>3</b> Покатушки на бублике с горок+ чай с лимоном в термосе Морковный фреш
<b>4</b> Игры дома «пол – это лава»	<b>5</b> совместная утренняя зарядка	<b>6</b> Пальчиковая гимнастика «Зимние забавы»	<b>7</b> совместная утренняя зарядка	<b>8</b> Сказка перед сном «медвежонок, который не любил умываться»	<b>9</b> Посещение батутного парка Просмотр м/ф «олимпийский характер»	<b>10</b> Шашечный семейный турнир Апельсиновый фреш
<b>11</b> Игры дома «прятки»	<b>12</b> совместная утренняя зарядка	<b>13</b> Пальчиковая гимнастика «я веселый человечек»	<b>14</b> совместная утренняя зарядка	<b>15</b> Гимнастика для глаз	<b>16</b> Посещение бассейна Просмотр м/ф «Ну, погоди!» 13 выпуск (олимпийский)	<b>17</b> Лыжные покатушки и чай в термосе  Яблочный фреш
<b>18</b> Игры дома «жмурки»	<b>19</b> совместная утренняя зарядка	<b>20</b> Пальчиковая гимнастика «дружные пальчики»	<b>21</b> совместная утренняя зарядка	<b>22</b> Вечер загадок о спорте	<b>23</b> Покорение горы Азов  Просмотр м/ф «приходи на каток»	<b>24</b> Семейный турнир по дартсу.  Яблочно-морковный фреш
<b>25</b> Игры дома «танцевальная аэробика» (по видео ролику)	<b>26</b> совместная утренняя зарядка	<b>27</b> Пальчиковая гимнастика «варежка»	<b>28</b> совместная утренняя зарядка	<b>29</b> Совместное приготовление морковного торта, чаепитие.		

**Гимнастика для глаз**

«Лучик солнца»

Лучик, лучик озорной,  
Поиграй-ка ты со мной.  
Моргают глазами.  
Ну-ка, лучик, повернись,  
На глаза мне покажись.  
Делают круговые движения глазами.  
Взгляд я влево отведу,  
Лучик солнца я найду.  
Отводят взгляд влево.  
Теперь вправо посмотрю,  
Снова лучик я найду.  
Отводят взгляд вправо.

«Мостик»

Закрываем мы глаза, вот какие чудеса  
(Закрывают оба глаза)  
Наши глазки отдыхают, упражненья выполняют  
(Продолжают стоять с закрытыми глазами)  
А теперь мы их откроем, через речку мост построим.  
(Открывают глаза, взглядом рисуют мост)  
Нарисуем букву «О», получается легко  
(Глазами рисуют букву «О»)  
Вверх поднимем, глянем вниз  
(Глаза поднимают вверх, опускают вниз)  
Вправо, влево повернем  
(Глазами двигают вправо-влево)  
Заниматься вновь начнем.  
(Глазами смотрят вверх-вниз)

**Пальчиковая гимнастика**

**«Зимние забавы»**

Раз, два, три, четыре, пять	<i>загибаем пальчики</i>
Мы во двор пошли гулять	<i>указательным и средними йдем по столу</i>
Бабу снежную слепили	<i>катаем ручками комок"</i>
Птичек крошками кормили	<i>кормим птичек "</i>
С горки мы потом катались	<i>ведём указательным пальцем правой руки по</i>
<i>ладони левой руки</i>	
А ещё в снегу валялись	<i>кладём ладошки на стол то одной стороной,</i>
<i>то другой</i>	
Все в снегу домой пришли	<i>отряхиваем ладошки</i>
Суп поели	<i>ёдим суп"</i>
спать легли	<i>ладошки под щечку</i>

**«Весёлый человечек»**

Я – веселый человечек,	
Я гуляю и пою.	
Я – веселый человечек,	
Очень я играть люблю.	<i>Указательные и средние пальчики обеих рук</i>
«шагают» по столу.	
Разотру ладошки сильно,	<i>Растирают ладони.</i>
Каждый пальчик покручу,	
Поздороваясь с ним сильно	
И вытягивать начну.	<i>Охватывают каждый палец у основания и</i>
	<i>вращательными движениями поднимаются до ногтевой фаланги.</i>
<i>Руки я затем помою,</i>	<i>Потирают ладони.</i>
Пальчик к пальчику сложу,	
На замочек их закрою	
И тепло поберегу.	<i>Складывают пальцы в замок.</i>

**«Дружные пальчики»**

Эти пальчики щипают,	<i>Большим и указательным пальцем щипаем ладонь</i>
<i>другой руки (или мамину ладонь).</i>	
Эти пальчики гуляют,	<i>Указательный и средний йдут по другой руке.</i>
Эти - любят поболтать,	<i>Средний и безымянный шевелятся, трутся друг</i>
<i>об друга (шурша).</i>	
Эти - тихо подремать,	<i>Безымянный и мизинец прижимаем к ладони.</i>
А большой с мизинцем братцем	
Могут чисто умываться.	<i>Крутим большим пальцем вокруг мизинца.</i>

**« Варежка»**

Маша варежку надела:	
«Ой, куда я пальчик дела?	
Нету пальчика, пропал,	
В свой домишко не попал».	<i>Сжать пальцы в кулачок.</i>



Маша варезку сняла:  
«Поглядите – ка, нашла!  
Ищешь, ищешь и найдёшь,  
большой палец.  
Здравствуй, пальчик, как живёшь

*Все пальцы разжать, кроме большого.  
Разогнуть большой палец.  
Сжать пальцы в кулачок, отделить*

**Радюк Мария Анатольевна**  
инструктор по физической культуре  
СЗД  
МБДОУ ПГО Детский сад №51

## **Сценарий совместного детско-родительского развлечения «К здоровью стремится, семье пригодится!»**

### **Пояснительная записка**

На сегодняшний день проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, а также привитие навыков здорового образа жизни очень актуальны.

Важный период в формировании фундамента психического и физического здоровья является ранний возраст. Ведь именно в этом возрасте закладываются основные черты личности, формируется характер. Происходит интенсивное развитие всех органов и функциональных систем организма.

Для того что бы максимально плодотворно использовать этот период времени для достижения высочайших результатов развития детских навыков и умений. Очень важно правильно выстроить образовательный процесс дошкольников.

Двигательная активность – естественная потребность детей в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием гармоничного развития ребенка, состояние его здоровья. Она должна соответствовать его опыту, интересам, желаниям и функциональным возможностям организма. Во многих семьях игровая деятельность и двигательная активность детей сведены к минимуму. Участие родителей в совместных с детьми мероприятиях, организованных в детском саду, позволит родителям лучше узнать своих детей, наладить с ним отношения, а также получить знания об организации двигательной деятельности в семье.

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру отца, матери, к укладу жизни семьи. Поэтому методы педагогической пропаганды, вовлечь родителей в образовательную деятельность детей самый действенный способ выработать положительное отношение детей к физической культуре, и их интерес к спорту.

Для того что бы наша работа была более эффективной в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, мы решаем это помощью тесного сотрудничества с родителями, организуя совместные мероприятия. С целью включения родителей в совместную образовательную деятельность мы активно используем спортивные досуги и развлечения, такие как «Папа, мама

и я- спортивная семья». Это одна из наиболее эффективных форм активного отдыха.

Практика показала, что спортивное развлечение оказывает благотворное воздействие на организм ребенка, нацелено на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание, способствует функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делает его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, то есть создает условия для того, чтобы все дети росли здоровыми.

Практическая значимость данной методической разработки является то, что сценарий совместного развлечения «К здоровью стремится, семье пригодится!», может быть использован любым сотрудником дошкольного образовательного учреждения, работающим с детьми, а также родителями.

#### **Содержательная часть.**

##### **Цель:**

- Привлечение родителей к участию в спортивной жизни детского сада, занятиям физической культурой совместно с детьми.

##### **Задачи:**

- Доставить детям и родителям удовольствие от совместного спортивного развлечения, способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи;

- Донести до родителей значение физической культуры в борьбе с ослабленным иммунитетом и как средство профилактики различных заболеваний как для них, так и для детей.

- Доказать важность физической активности для достижения физической красоты, силы, ловкости и выносливости.

**Участники:** Две команды состоящие из детей группы раннего возраста и их родители. Участники соревнований должны иметь спортивную и спортивную обувь.

**Оборудование к развлечению.** Скакалки -2 шт., секундомер, игра «удочка» -2 шт., обручи- 6 шт., свисток, конусы – 4 шт., тоннель – 2 шт., мыльные пузыри – 4 шт., шоколадные медали, дипломы для награждения.

Музыкальные треки: *Детский ансамбль Смайл - Герои спорта,*

*Чударики - Самолет (детская зарядка, физминутка).*

Все эстафеты проходят под весёлую музыку, которую желательно записать на носитель в порядке воспроизведения.

#### **Ход развлечения**

*Звучит Детский ансамбль Смайл - Герои спорта, выход спортивных команд.*

##### *Построение.*

**Ведущий.** Приветствуем спортивные семьи нашего детского сада! Здравствуйте, дети и взрослые! Мы очень рады видеть Вас на нашем празднике – «К здоровью стремится, семье пригодится!» А также поприветствуем наших гостей- болельщиков.

**Ведущий.** Праздник спорта и здоровья начинается у нас!

Всех сегодня приглашаем  
Мы в спортивный зал сейчас  
Родители - народ такой  
На занятость спешат сослаться,  
Но мы знаем, они не правы,  
Всем надо спортом заниматься.

**Ведущий.** Дорогие друзья! Обратите внимание на мам! Они всегда в форме. Постоянные тренировки: готовка, бег по магазинам, стирка все это помогает им быть в тонусе.

**Ведущий.** А обратите внимание на папочек. Какие они все перед вами: бодрые, подтянутые, собранные, спортивные.

**Ведущий.** Ну и наконец, дети! Ведь они с пеленок настоящие спортивные тренеры своих родителей. Ставя перед ними все новые задачи, постоянно повышая нагрузку объединяли их в дружную команду.

**Ведущий.** Позвольте открыть наш спортивный праздник и представить команды участников наших соревнований! Сегодня в нашем состязании участвуют две команды: «Крепыши» и «Силачи». Мы от души вас приветствуем и желаем успехов в спортивных эстафетах и конкурсах.

**Ведущий.** Ну а теперь давайте познакомимся с нашим жюри (*ведущий представляет членов жюри*). Жюри считает, что лучший семейный отдых — это спорт. Они справедливо будут оценивать все наши конкурсы. И победу будет присуждать обязательно! Просим болельщиков поддерживать свои команды.

**Ведущий.** Внимание, внимание! Приглашаю всех на веселое состязание! Сегодня проверим не только спортивную подготовку ну и знания.

Для начала, расскажем о том,  
Как мы весело с вами живем  
Родителей всему научим,  
И разминочку разучим.

### **1.Игра-разминка «как живешь?»**

- Как живешь? – Вот так! (*большие пальцы вперед*)
- Как плывешь? – Вот так! (*имитация плавания*)
- Как идешь? – Вот так! (*маршируем*)
- Как бежишь? – Вот так! (*бег на месте*)
- Вдаль глядишь? – Вот так! (*«бинокль»*)
- Машешь вслед? – Вот так! (*помахать*)
- Как даешь? – Вот так! (*ладошку от себя вперед*)
- Как берешь? – Вот так! (*ладошку от себя вперед*)
- Как грозишь? – Вот так! (*погрозить пальцем*)
- Утром спишь? – Вот так! (*ладошки под щеку*)
- А шалишь? – Вот так! (*хлопнуть по надутым щекам*)

**Ведущий.** Молодцы, какие все,  
Приступаем мы к игре.

Шли по дорожке быстрые ножки,  
Вправо и влево, скок-перескок.

**Эстафета № 2. «Быстрые ножки».**

*Папа, мама и ребенок, держась за руки пробегают дистанцию до ориентира, возвращаясь на место. Побеждает команда, которая быстрее закончит соревнование.*

**Ведущий.** Молодцы, хорошо справились с заданием! И мы приступаем к следующему состязанию, Вы готовы?  
Не боимся ползем мы вперед.  
Только смелый тоннель тот пройдет.

**Эстафета № 3. «Тоннель».**

*Семья все вместе подбегают к тоннелю. Мама проползает первая, в конце тоннеля ждет, когда проползет ребенок. И последним проходит испытание папа. Затем все вместе возвращаются на старт.*

**Ведущий.** Продолжаем наши состязания.

В болоте зелёном  
Лягушка живет,  
Зелёные песни  
Подружкам поет.  
Мы по кочкам, не иначе,  
Как лягушки поскачем.

**Эстафета № 4. «По кочкам».**

*Мама папа и ребенок добегают до трех обручей прыгают из одного в другой обруч, обегают кеглю и возвращаются обратно.*

**Ведущий.** А теперь мы с вами вместе,  
Полетим все над землей,  
Ждет нас новое задание  
Отправляемся в полет.

**5. Игра «Самолет»**

*Под музыку Чударики - Самолет (детская зарядка, физминутка)*

**Ведущий.** Вот мы и прилетели на следующее испытание.

Предлагаем не грустить

А много рыбки наловить. Посмотрим, кто больше и быстрее наловит рыбы.

**Конкурс № 6. «Кто больше и быстрее наловит рыбы»**

*Игроки по сигналу «вылавливают удочками с магнитами рыбу» разложенную на полу в обруче. Выигрывает тот, кто сделает это быстрее.*

**Ведущий.** Я знаю, что многие ваши папы занимаются спортом, постоянно поддерживают себя в спортивной форме и очень сильные? Мы сейчас это и проверим.

**Конкурс № 7. «Самый сильный папа»**

*Условия конкурса: По сигналу папы выполняют отжимание с ребенком на спине. Мама в это время подстраховывает ребенка. побеждает тот, кто сделает больше отжиманий за 1 минуту.*

**Ведущий.** Наши мамы просто класс  
- мамы лучшие у нас!  
Вам скакалку я вручаю,  
прыгать Вас я приглашаю.

### **Конкурс № 8. «Веселая скакалка»**

*Условия конкурса: По сигналу мамы выполняют прыжки со скакалкой за 1 минуту. Побеждает тот, у кого наибольшее количество прыжков.*

**Ведущий.** Пока жюри подводит итоги наших состязаний, предлагаю поиграть.

-Раз, два, три  
Раз, два, три –  
Мы пускаем пузыри.  
Мыльные, воздушные,  
Ветерку послушные.

### **Игра № 8. «Мыльные пузыри».**

*Родители дуют мыльные пузыри для ребят, под музыку веселятся и танцуют.*

**Ведущий.** Предоставляю слово жюри.

*Подведение итогов, вручение дипломов и подарков участникам.*

**Ведущий.** На этом наше спортивное развлечение заканчивается. Желаем папам быть всегда сильными, мужественными, мамам-обаятельными, детям-ловкими, спортивными. И всем, всем, всем не болеть, быть дружными. Ведь именно дружба помогла сегодня нашим командам.

### **Заключение:**

Исходя из практики, можно сделать выводы, что:

1. Совместные детско-родительские спортивные развлечения – это неотъемлемая часть жизни дошкольников, их двигательной активности.
2. Спортивные развлечения и досуги – одно из важнейших средств гармоничного развития личности детей раннего возраста.
3. Благодаря организации активного отдыха детей и родителей повышается интерес к занятиям физической культурой через игровую деятельность
4. Раскрывается творческий потенциал детей и родителей, двигательная выразительность, творческая фантазия.
5. Досуговые формы организации общения, спортивные развлечения, призваны устанавливать теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми. Использование досуговых форм способствует тому, что благодаря установлению позитивной эмоциональной атмосферы родители становятся более открытыми для общения, в дальнейшем педагогам проще налаживать с ними контакты, предоставлять педагогическую информацию.

6. Совместные детско-родительские спортивные развлечения, позволяют сделать родителей членами команды ДОУ, разделяющими позиции в отношении укрепления здоровья.

**Силина Ольга Владимировна**  
инструктор по физической культуре  
высшая квалификационная категория  
МАДОУ ПГО «Центр развития ребенка –  
Детский сад №70 Радуга»

## **Проект «Снежные забавы для здоровья дружной семьи»**

### **Пояснительная записка**

#### **Актуальность проблемы**

В современном обществе мы наблюдаем недостаточную активность родителей в физическом воспитании детей, которые ссылаются на недостаток времени, средств, спортивного оборудования. Сохранить и укрепить психическое и физическое здоровье детей можно только в тесном сотрудничестве детского сада и семьи.

Важнейшим фактором укрепления здоровья детей является физическое воспитание в семье и в ДОУ.

Реализуя данный проект, мы хотим расширить представления родителей и детей о здоровом образе жизни, сформировать положительное отношение к зимним видам спорта и играм на свежем воздухе зимой.

**Цель:** обогащение детско-родительских отношений и мотивация детей заниматься зимними видами спорта посредством проведения активных, полезных для здоровья, интересных, спортивных досугов всей семьей.

#### **Задачи проекта:**

- Формировать представление о зимних видах спорта;
- Развивать физическую активность детей;
- Формировать представление о важности и пользе занятий зимними видами спорта для здоровья;
- Укреплять внутрисемейные отношения.

**Целевая аудитория:** дети подготовительной к школе группы и их родители.

#### **Принципы и подходы к формированию содержания проекта**

1. Ориентировка на потенциальные возможности ребенка, на «зону ближайшего развития».

2. Реализация деятельностного подхода как развитие самой деятельности, основных ее компонентов (мотивов, целей, действий, способов действий или операций), что способствует развитию ребенка как субъекта деятельности (деятеля).

3. Принцип продуктивного и игрового взаимодействия детей между собой и со взрослыми (диалогическое общение), благодаря чему формируется социокультурное пространство саморазвития, а также детское сообщество, в котором каждый ребенок чувствует себя успешным, умелым, уверенным в случае необходимости в помощи товарищей и взрослого. Стимулирование и мотивация игрового взаимодействия, предоставляет возможность поиска личностного смысла в игровой деятельности. Открытость игрового взаимодействия, обеспечивает субъектность ребенка, усвоение им социального опыта на основе взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

4. Принцип сотрудничества с семьей, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка.

#### **Предмет исследования**

Предметом исследования являются эффективные способы сохранения и укрепления здоровья детей, привитие интереса к физической культуре и спорту, укрепление внутрисемейных отношений.

#### **Участники проекта:**

1. Инструктор по физической культуре, педагоги группы.
2. Дети подготовительной к школе группы.
3. Родители и другие члены семьи.

**Продолжительность проекта:** Краткосрочный.

#### **Планируемые результаты:**

##### **Дети:**

- сформированы знания о пользе активных прогулок зимой и занятий зимними видами спорта;
- сознательное и ответственное отношение к своему здоровью;
- устойчивая мотивация к занятиям зимними видами спорта и подвижным играм на свежем воздухе всей семьей.

##### **Родители:**

- укрепление внутрисемейных отношений;
- формирование интереса к физической культуре в семье;
- мотивация родителей к совместному активному, полезному для здоровья, интересному, веселому досугу.

Реализация проекта включает несколько этапов:

#### **I. Подготовительный этап:**

1. Определение инструктором по физкультуре темы, целей и задач, содержания проекта, прогнозирование результата.
2. Обсуждение с педагогами проекта, выяснение возможностей, определение содержания деятельности всех участников проекта.
3. Подготовка презентаций для детей и статей для родителей.

## II. Основной этап реализации проекта.

### 1. Содержание деятельности инструктора по физической культуре и педагогов группы:

Категория	Направление	Содержание
Работа с детьми	Познавательная деятельность	Презентация для детей «Мы мороза не боимся, и зима нам нравится!» Задачи: * формировать знания о зимних видах спорта и подвижных играх на свежем воздухе; * формировать знания о пользе для здоровья занятий зимними видами спорта.
	Двигательная деятельность	Физкультурное развлечение на свежем воздухе «Снежные забавы»
	Продуктивная деятельность	Рисование зимних видов спорта и игр на улице зимой. Выставка рисунков.
Работа с родителями	Познавательная деятельность	Статьи для родителей: «Лыжи», «Коньки», «Катание с гор», «Игра в снежки», «Лепим снеговика», «Строим снежную крепость».
	Совместная двигательная деятельность	Активный семейный спортивный досуг.
	Продуктивная деятельность	Оформление фотовыставки «Снежные забавы для здоровья дружной семьи».

### 2. Содержание деятельности родителей:

- Провести активные выходные всей семьей с пользой для здоровья и позитивными эмоциями;
- Участие в оформлении фотовыставки «Снежные забавы для здоровья дружной семьи».

## III. Заключительный этап.

Презентация – отчет о ходе проекта.

### Заключение

Проведенная работа подтвердила выдвинутое предположение о возможности способствовать формированию знаний о пользе активных прогулок зимой и занятий зимними видами спорта посредством информирования детей и родителей о различных видах физической активности на улице в зимнее время года, об их пользе для здоровья.



Мотивация и интерес детей и родителей к проведению совместного активного, полезного для здоровья, интересного досуга возросли под влиянием результатов проекта.

**Солодовник Наталья Николаевна**  
инструктор по физической культуре.  
высшая квалификационная категория  
МАДОУ ПГО «Детский сад № 63  
комбинированного вида»,

**Конструкт-конспект**  
методической разработки нерегламентированной совместной деятельности воспитанников и их родителей.

**Тема: Детско-родительский клуб «Семейный час».**

**Пояснительная записка.**

Конструкт конспект методической разработки нерегламентированной совместной деятельности детей и взрослых разработан на основе организации детского - родительского клуба «Семейный час». Чтобы замотивировать родителей на посещение клуба, для всех был оформлен именной «Абонемент» на посещение клуба (**Приложение № 1**). После каждого занятия в клубе (1 раз в месяц), в абонемент приклеивается отметка - «смайлик», такой оригинальный приём, как абонемент очень понравился не только нашим детям, но и родителям. Для реализации занятий в клубе составлен план по определённым темам. В данной разработке представлена деятельность построенная на подвижных, музыкальных играх, игровых заданий по теме «Зимние забавы».

<b>Актуальность</b>	В настоящее время, наблюдается сверхзанятость родителей, что осложняет взаимоотношения с детьми, тем самым снижается влияние семьи на процесс развития и воспитания подрастающего поколения. Поэтому в нашем дошкольном учреждении реализуется клубная деятельность, как эффективная форма взаимодействия с родителями воспитанников. Родительский клуб позволяет учитывать актуальные потребности родителей, создает условия для формирования у них активной жизненной позиции в вопросах сохранения и укрепления здоровья своих детей. Деятельность в рамках детско-родительского клуба помогает родителям лучше понимать детей, учиться способам общения с ними, а педагогам повышать уровень и результативность воспитательно-образовательной работы с семьями воспитанников.
<b>Цель:</b>	Формирование интереса к занятиям физкультурой и спортом, повышение двигательной активности воспитанников и их родителей, через организацию

	детско-родительского клуба.
<b>Задачи:</b>	<p><b>Для детей:</b>  <b>Обучающие:</b> обогащать запас двигательных навыков детей дошкольного возраста.  <b>Развивающие:</b> развивать физические качества, познавательную и двигательную активность детей, через разнообразные подвижные игры и игровые задания.  <b>Воспитательные:</b> воспитывать чувства ответственности у детей и взрослых за собственное здоровье, укрепление детско-родительских отношений.  <b>Оздоровительные:</b> содействовать накоплению двигательного опыта для проявления активности воспитанников в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p><b>Для родителей:</b>  - повысить практическую компетентность родителей, в вопросах физического развития детей;  - активизировать родителей к активному, здоровому образу жизни, через применение практических навыков для организации активного семейного времяпровождения.</p>
<b>Задачи с учётом индивидуальных особенностей воспитанников группы:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Активизировать самостоятельные действия воспитанника с задержкой психического развития и стимулировать родителя к смещению гиперопеки на демократический стиль воспитания;</li> <li>- стимулировать речевую активность у детей с тяжёлыми нарушениями речи.</li> </ul>
<b>Целевая аудитория</b>	Воспитанники 4-5 лет, родители (или лица их заменяющие).
<b>Принципы и подходы</b>	<p><b>Принципы:</b>  - принцип партнёрского взаимодействия взрослых и детей;  - принцип доступности;  - принцип открытости.</p> <p><b>Подходы:</b>  - системный;  - дифференцированный;  - деятельностный;  - компетентностный;  - личностно-ориентированный;  - коммуникативный.</p>
<b>Планируемые результаты</b>	<p><b>Результаты работы детско-родительского клуба:</b>  - родители заинтересовались данной формой работы;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- клубная деятельность позволила активизировать позицию родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья своих детей;</li> <li>- родители стали применять игровые приёмы направленные на ЗОЖ дома;</li> <li>- повысилось количество участников клуба;</li> <li>- родители с желанием участвуют в спортивно массовых мероприятиях в детском саду и мероприятиях МБУ «Центр физкультурно-спортивных мероприятий» ПГО.</li> </ul>
--	--

**Конструкт-конспект  
нерегламентированной совместной деятельности  
воспитанников и их родителей.**

<b>1. Мотивационный этап (вызвать интерес, эмоциональный отклик детей и взрослых)</b>			
<b>Технологические компоненты деятельности и</b>	<b>Содержание деятельности, действий педагога</b>	<b>Действия детей и родителей</b>	<b>Планируемый результат</b>
<p>Организация на совместную деятельность «Рефлексивный круг»</p>	<p>При входе в физкультурный зал, дети берут кусочек картинки (пазл).</p> <p><b>Инструктор по физической культуре:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Всем добрый вечер, ребята как вы думаете зачем нам эти кусочки картинок?</li> <li>- Что можно из них сложить?</li> <li>- Тогда предлагаю вам собрать картинку-пазл.</li> <li>- Что вы видите?</li> <li>- Я с вами согласна.</li> <li>- И наша сегодняшняя встреча будет посвящена зимним развлечениям и забавам.</li> </ul> <p><b>Организация открывающего круга:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- инструктор по физической культуре читает стихотворение:</li> <li>- Собрались мы с вами в круг. Слева – друг и справа – друг. Вместе за руки возьмёмся и друг</li> </ul>	<p>Дети с родителями заходят в физкультурный зал, берут картинки.</p> <p>Все приветствуют друг друга. Отвечают на вопросы, предполагают. Собирают пазл.</p> <p>Родители оказывают помощь.</p> <p>Дети и взрослые встают в круг, выполняют</p>	<p>Мотивация на предстоящую деятельность.</p> <p>Проявление заинтересованности к дальнейшей деятельности.</p> <p>Концентрация внимания на педагоге. Эмоциональн</p>

	другу улыбаемся. В зимние игры будем играть и здоровье укреплять.	действия в соответствии со стихотворением.	о настроены на общение, совместную деятельность.
<b>2. Деятельностный этап</b>			
<b>Совместная деятельность</b>	<p><b>Инструктор:</b> ребята, как вы думаете, что надо делать, чтобы не замёрзнуть в сильный мороз на улице? Предлагаю выполнить разминку: <b>Веселая зимняя детская игра «Руки-ноги-голова»</b> <a href="https://box.hitplayer.ru/?s=музыкальные%20игры%20зимние%20детские">https://box.hitplayer.ru/?s=музыкальные%20игры%20зимние%20детские</a> <b>Инструктор:</b> _____ показывает движения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- У нас здорово получилось!</li> <li>- А теперь ребятки отгадайте вы загадку:</li> </ul> <p>В холодильнике живёт. Превращает воду в лёд. Щиплет пальчики и нос — это бабушка...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А в нашей первой игре, не один Мороз, а два.</li> <li>- Дети, а вы знаете правила игры «Два Мороза»</li> </ul> <p><b>Проводится подвижная игра: «Два Мороза» (Приложение №2);</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- А в роли Морозов будут наши родители.</li> </ul> <p><b>Эта игра поможет вам проявить свою ловкость, координацию и быстроту.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1,2,3,4,5 будем дальше мы играть.</li> <li>- Ребята, а вы любите играть в игры на телефоне или компьютере? Вы играли когда ни будь в спортивную игру на таких устройствах?</li> </ul> <p><b>Интерактивная игра «Зимняя прогулка»</b></p>	<p>Дети размышляют, высказывают свои варианты ответа.</p> <p>Воспитанники и родители повторяют движения за инструктором.</p> <p>Отгадывают загадку.</p> <p>Воспитанники объясняют, как надо играть в эту игру.</p> <p>Двое взрослых выполняют роли Морозов, играют с детьми и взрослыми.</p> <p>Дети отвечают.</p> <p>Играют в интерактивную</p>	<p>Развитие чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой. Позитивные эмоции.</p> <p>Развитие инициативы, формирование знаний о правилах игры.</p> <p>Развитие ловкости, координации, быстроты.</p> <p>Проявление</p>

	<p><a href="https://disk.yandex.ru/i/e2Ih0FLS5EF5JQ">https://disk.yandex.ru/i/e2Ih0FLS5EF5JQ</a></p> <p>Поощряет детей за правильные ответы, и обращает внимание на ошибки, если они будут.</p> <p>- Послушайте внимательно и подумайте, о чём я говорю? Это транспорт не простой, нет для них стоянки. Летом нет их, но зимой, достают все...</p> <p>- К сожалению, сейчас санки не так популярны, как тюбинг, плюшка, ледянка.</p> <p>- Но я уверена, что наши санки вызовут у вас не вероятный восторг.</p> <p><b>Игровое упражнение «Гигантские сани» (Приложение №3).</b></p> <p>- Дети, а вы знали, что катание на санках с горки, это не только зимняя забава, но и полезное занятие <i>для развития равновесия и сноровки.</i></p> <p>-Теперь предлагаю поиграть в игру, в которой необходимо быть очень зорким.</p> <p>- А что означает быть зорким?</p> <p>- Вам необходимо внимательно осмотреть наш физкультурный зал и найти «Снежинку»</p> <p><b>Игра «Найди, где спрятана снежинка» (Приложение № 4).</b></p> <p><b>Проводится подвижная игра «Волшебная снежинка» (Приложение № 5).</b></p> <p><i>В этой игре необходимо ловко уворачиваться от «Снежинки» и быстро убежать от неё.</i></p> <p>Подводит итоги игры.</p> <p>Затем показывает детям мяч.</p> <p>- Ребята, вы помните, кто этот мяч для нас смастерил?</p> <p><b>(Приложение № 6).</b></p> <p>-Замечательно, сейчас с этим</p>	<p>игру.</p> <p>Выполняют задания, представленные в игре.</p> <p>Дети рассуждают, высказывают свои предположения</p> <p>Взрослые катают детей на «Санках»</p> <p>Высказывают свои варианты.</p> <p>Все ищут спрятанную «Снежинку»</p> <p>Дети и взрослые играют вместе.</p>	<p>эмоциональности.</p> <p>Появился интерес к заданию</p> <p>Развитие равновесия, умения удержаться на «Санках»</p> <p>Развитие ориентировки в пространстве, концентрации внимания.</p>
--	---	---	---

	<p>мячом мы и поиграем.</p> <p>- Глазки быстро закрывайте, и загадку отгадайте: В руках он лепится легко, и летит он далеко Снежный кругленький комок. Как зовут его?</p> <p><b>Музыкальная игра «Ты катись, катись снежок»</b> <a href="https://box.hitplayer.ru/?s=игра%20оты%20катись%20катись%20снежок">https://box.hitplayer.ru/?s=игра%20оты%20катись%20катись%20снежок</a></p> <p>- Ребята, а хотите поиграть в эту игру дома? А у вас дома есть снежок? А чем его можно заменить?</p> <p>- инструктор отправляет аудиофайл в родительский чат.</p> <p>- Ребята, а во что можно играть со снежками?</p> <p>-А вы когда ни будь строили крепость из снега?</p> <p>-Предлагаю построить крепость в нашем физкультурном зале.</p> <p>- А из чего её можно сделать?</p> <p><b>Игровое упражнение «Снежная крепость» (Приложение № 7).</b> <b>Инструктор:</b> сейчас вам необходимо прицелится и бросать мячики, чтобы сбить все кегли, но обратите внимание, что для выполнения бросков, есть отметка с какого расстояния надо выполнять броски. <i>Это упражнение развивает меткость и глазомер.</i></p> <p>- Ребята а скажите, пожалуйста, какой приближается праздник? А давайте прямо здесь и сейчас устроим «Новогодний салют».</p> <p><b>Совместное изготовление:</b> тренажёр для дыхательных упражнений <b>«Новогодний салют» (Приложение № 8).</b></p>	<p>Дети отвечают. Отгадывают загадку.</p> <p>Взрослые при необходимости помогают.</p> <p>Все играют в музыкальную игру. Отвечают, высказывают свои варианты, предположения .</p> <p>Воспитанники отвечают на вопросы, рассуждают.</p> <p>Строят крепость из мягких модулей. Родители помогают. Выполняют метание мяча.</p> <p>Выказывают свои варианты.</p> <p>Дети мастерят тренажёр. При необходимости</p>	<p>Развитие ловкости.</p> <p>Развитие самовыражения через движения под музыку. Формирование интереса к деятельности вне детского сада.</p> <p>Развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия, проявление самостоятельности</p> <p>Совершенствование навыка метания. Развитие меткости.</p> <p>Развитие самостоятельности, инициативы,</p>
--	--	--	--

		взрослые оказывают помощь.  Выполняют упражнение на дыхание.	творческих способностей  Развитие навыка правильного дыхания.
<b>3. Итогово-рефлексивный этап</b> (проведение совместной рефлексии детей и взрослых (самооценка, самоконтроль))			
Обсуждение итогов.	<p><b>Инструктор:</b> 1,2,3 в круг скорей беги! Слева – друг и справа – друг. Вместе за руки возьмёмся -и друг другу улыбнёмся. Ребята, а скажите: какая зимняя игра вам особенно понравилась? - А чем полезна игра, которая вам понравилась? Подводит итоги, высказываний детей. - А теперь, взрослым предлагаю продолжить ответ на вопрос (проводится с мячом). <b>- Мой ребёнок будет здоров, если я ....</b> Инструктор: замечательно! Теперь я уверена, что детям дома скучно не будет. Ребята вы запомнили слова родителей, что они будут делать, чтобы вы всегда были здоровыми? Наша встреча подошла к концу, я благодарю взрослых за активность, отзывчивость. Ребята, а вы молодцы, вы здорово справились со всеми заданиями и получаете отметку в свой абонемент. Наша встреча подошла к концу и по традиции предлагаю сделать общее фото.</p>	<p>Дети и родители встают в круг.  Делятся своими впечатлениями, рассуждают, принимают участие в диалоге.  Родители отвечают на вопрос он обнимает своего ребёнка и передают мяч следующей паре.  Подходят к инструктору берут наклейку-смайлик и наклеивают его в свой абонемент. Все фотографируются.</p>	<p>Развитие диалогической речи между ребёнком и взрослым.  Мотивация взрослых на здоровый активный образ жизни. Формирование ответственности за развитие своего ребёнка.  Гармонизация детско-родительских отношений через телесный контакт.  Выражение чувства детской радости, непосредственно стизмоциональн ости.</p>

Ссылка на видеоролик методической разработки

<https://ok.ru/neptun.detskysad63/statuses/156984914087212>



### Подвижная игра "Два мороза"

Ход игры: на противоположных сторонах площадки линиями обозначаются два дома. Взрослые и дети располагаются в одном из домов. Двое взрослых (Мороз-красный нос и Мороз-синий нос, надевают шапки и бутофорские носы соответствующих цветов) выходят на середину площадки, становятся лицом к играющим и произносят: (для удобства слова игры для водящих оформляются на двух каточках синего и красного цвета).

Мы два брата молодые,  
 Два мороза удалые,  
 Я Мороз – красный нос,  
 Я Мороз – синий нос,  
 Кто из вас решится,  
 В путь – дороженьку пуститься?  
 Все играющие хором отвечают:  
 Не боимся мы угроз,  
 И не страшен нам мороз.

После этого дети и взрослые перебегают в другой дом, а «Морозы» стараются их «заморозить» (коснуться рукой). «Замороженные» остаются на том месте, где их настиг «Мороз», и стоят там до окончания перебежки. Когда играющие будут пробегать обратно, то могут «разморозить» ранее «замороженных» (т.е. коснуться рукой). После каждой перебежки дети подсчитывают количество «замороженных участников».



### Приложение № 3

#### Игровое упражнение «Гигантские сани»

Для этого упражнения можно использовать (плотную ткань, либо одеяла, покрывала, простыни и т.п.). Ткань расстилается на пол, ребёнок садится на неё, а взрослые его везут по полу, (удерживая ткань за два угла).

### Приложение № 4

#### Игра «Найди, где спрятана «Снежинка»

Ход игры. Инструктор показывает большую «Снежинку», изготовленную из (цветного картона, изолона и т.п., к обратной стороне которой заранее прикреплен двусторонний скотч) и говорит, что спрячет её. Дети и взрослые отворачиваются и закрывают глаза. В это время инструктор прячет снежинку, затем говорит: 1,2,3 снежинку найди. Тот, кто первым из детей найдет «Снежинку», отдает ее своему родителю.

### Приложение № 5

#### Игра «Волшебная снежинка»

Родитель надевает на себя манишку голубого цвета и быстро приклеивает на неё «Снежинку» и становится водящим. Дети и взрослые передвигаются по физкультурному залу в рассыпную. Под музыкальное сопровождение «Волшебная снежинка» ловит играющих (задевает рукой), кого задевает тот считается «Замороженным». После окончания музыки подсчитываются «Замороженные участники», затем игра повторяется.

### Приложение № 6

#### Нестандартное оборудование «Снежный ком»

Мяч изготовлен мамой одной из воспитанниц. В детском саду проводился мастер класс по изготовлению нестандартного оборудования. После которого мама проявила заинтересованность, творческий подход к изготовлению мяча, теперь дети с большим удовольствием играют с ним в своей группе.



### Игровое упражнение «Снежная крепость»

Крепость можно построить из мягких модулей (либо из других предметов), прикрепить к ним снежинки и поставить кегли, кубики ит. п. Сделать отметку с какого расстояния следует выполнять броски мяча (в нашей игре это сшитые мягкие белые мячики из кожзаменителя). Необходимо сбить все кегли.

Упражнение сопровождается стихотворением:

Мы налепим снежков, весело играем  
(имитируют лепку «Снежков»)  
Точно в крепость снежки (прицеливаются),  
ловко мы бросаем (выполняют метание мяча).

### Тренажёр для дыхания «Новогодний салют»

Для изготовления потребуются:  
трубочка для коктейля, пластиковый прозрачный стакан с крышкой (либо одноразовый прозрачный контейнер с крышкой), мелкие кусочки цветной двусторонней бумаги (можно использовать дырокол), небольшие зимние картинки, чтобы поместились в ёмкость (елочка, снеговик, снежинки и т.п.), двусторонний скотч, шило.

Инструкция по изготовлению: на заранее приготовленные картинки дети и взрослые прикрепляют скотч, и приклеивают картинки на любую сторону выбранной ёмкости), наполняют ёмкость мелкими цветными кусочками бумаги, закрывают ёмкость крышкой, в крышке делают отверстие и вставляют трубочку. Тренажёр готов! Ребёнок делает глубокий вдох, и выполняет выдох через трубочку. И в ёмкости начинают кружиться кусочки бумаги, как салют.

